私の生きがい自慢♪

江瀬美町にある花壇や藤棚の手入れが私の生きがいです。「綺麗にしてくれないか」と近所の人に頼まれたのが4,5年前。当時は荒れ放題で雑草抜きなどに1週間かかりました。

今、植えているのはバラ・マーガレット・百合・牡丹・クチナシなど。これからは皇帝ダリアや菊が見ごろを迎えます。これらの花はシーズン毎に入れ替えているので、1年中綺麗な景観を保っています。

夏場は朝夕2回、1時間ほどかけて水やりをします。他にも枯れた花をとったり雑草を抜いたり肥料をあげたりと毎日お世話をしています。私は鹿児島の農家に生まれ育ったので、花のお世話は得意なんです。

とはいえ体力的にはしんどいです。それでも、藤棚の下で気持ちよさそうにベンチに座り休憩されている人を見ると嬉しくてこれからも頑張ろうと思えます。「綺麗ですね!」と皆さんに笑顔で声をかけていただける、今が人生で一番楽しいです。

いきいきリポーター

明石陽子

かわばた まもる
川畑 護さん(71歳)

清滝で生まれ育ち、岡山地区に住む夫と結婚し、根っからの四條畷人として暮らしてきました。

59歳の時、広報誌でカラコロ体操の存在を知り受講者として参加しました。そこでいきなりサポーターへのお誘いをいただき、気が付くと今年で10年目になりました。

もり ちえこ
森 千恵子さん(69歳)

カラコロ体操はカラダとココロの体操です。ビデオを参考に、季節の歌を口ずさみ呼吸を整えながら、歌体操や棒体操をみんなで楽しんでいます。私はサポーターとして、参加者の血圧やお顔の様子から健康チェックをしています。私自身、皆さんからたくさん元気をもらっています。

私の所属する第一包括地域では月に5回、岡山自治会館、楠風荘、清滝団地、市民総合センター展示ホールで行っています。しかし第3木曜日開催の市民総合センターになかなか人が集まりません。また、男性の参加者が少ないのも悩みの一つです。皆さん、ぜひ一歩踏み出して参加してみてください。

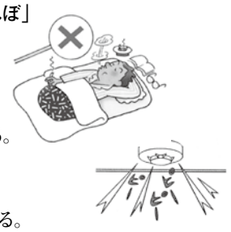
いきいきリポーター

田中幸子

秋の全国火災予防運動 11月9日~15日

全国統一防火標語 「無防備な 心に火災が かくれんぼ」

「住宅防火 いのちを守る 7つのポイント」



3つの習慣

- 寝たばこは、絶対やめる。
- ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。
- ガスこんろなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。

4つの対策

- 逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。
- 寝具、衣類およびカーテンからの火災を防ぐために、防炎品を使用する。
- 火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器等を設置する。
- お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる。

「住宅用火災警報器」の設置・点検はお済みですか?

就寝中に発生した火災に気づかずに、逃げ遅れてしまう事例が多く発生しています。住宅用火災警報器は、火災により発生する煙を感知し、音や音声により火災の発生を知らせてくれます。まだ設置していないご家庭は、一日も早い設置をお願いします。

〈維持管理について〉

- ■電池や本体に寿命がありますので、交換時期を確認しましょう。
- ■定期的な作動テストを行いましょう。

※交換時期は機種により異なりますので取扱説明書をご確認ください。

「防火啓発キャンペーン」

と き 11月8日(日)
午前11時~(1時間程度)

ところ イオンモール四條畷 屋外イベント会場(空のステージ)
四條畷市砂4丁目3番2号

内 容 大東四條畷消防市民音楽隊による演奏会、防火啓発物の配布など
(※雨天時は、防火啓発物の配布のみ)

問い合わせ 大東四條畷消防本部予防課
☎(872)2342

NEWS 市役所からのお知らせ

申=申し込み 問=問い合わせ ☎=電話 FAX=ファクス ✉=Eメール HP=ホームページ

市民総合センター
〒575-0052 中野三丁目5-25
休館日=毎月末日(月末日が土・日の場合は直前の金曜日)

みんなでつなごう パープル&オレンジリボン
●**とき**=11月2日(月)~29日(日) ●**内容**=11月12日~25日は女性に対する暴力をなくす運動期間、また11月は児童虐待防止推進月間です。来館者に書いていただいたメッセージをはって、リボンの絵を完成させます 問市民総合センター

なわて就職なんでも相談会
●**とき**=11月8日(日) 午前10時~午後3時 ●**費用**=無料 ●**内容**=就職についての相談全般(ハローワーク職員による一般就職相談、就職を希望する障がい者向け相談、パソコンによる職業適性診断、労働に関する情報コーナー)※申込不要 ●**講師**=相談内容別の専門のカウンセラー 問産業観光課

第18回四條畷市コーラスフェスティバル
●**とき**=11月15日(日) 午後1時開場、1時30分開演 ●**定員**=700人 ●**費用**=無料 ●**内容**=四條畷市合唱連盟・四條畷市教育委員会主催。出演:グリーンエコー、コーラス虹(レインボー)、四條畷田原かんがるーKIDS、四條畷田原コールかんがるー、四條畷田原花は咲く合唱団、四條畷コスモス会、ひまわりコーラス 問地域教育課

食育スペシャリストが作る「かんたんアイデアクッキング」
●**とき**=11月23日(祝) 午前10時~午後1時 ●**対象**=市内在住・在勤・在学の人 ●**定員**=24人 ●**費用**=850円 ●**メニュー**=中華ちまき、ヘルシー担担麺、いもようかん、ほか ●**持ち物**=エプロン、ふきん、三角巾、お茶 申問10月23日(金)から材料代を添えて市立公民館※一時保育有り(2歳~就学前幼児対象)先着2人

ドイツ交流ひろば~ドイツの料理づくりとおはなし~
●**とき**=12月5日(土) 午前10時30分~午後0時30分 ●**定員**=先着28人 ●**費用**=500円 ●**内容**=国際友好都市のドイツ・メアブッシュ市在住歴のある高田奈津子さんを講師に、クリスマス向けのドイツのお菓子や料理づくりを行います。その後は、でき上がったお菓子や料理をいただきながら、ドイツ長期留学経験者の吉田みどりさんによるドイツの台所事情などのお話をお楽しみください ●**持ち物**=エプロン、ふきん、三角巾、持ち帰り用容器 申問10月15日~11月27日に電話にて地域協働課

くらし(金融)の連続講座
●**とき**=①11月2日(月)②11月9日(月)ともに午後1時30分~3時30分 ●**定員**=各先着40人 ●**費用**=無料 ●**内容**=①「マイナンバー制度について」②「成年後見制度と民事信託」 ●**講師**=大阪府金融広報アドバイザー 武地義治さん 申問10月19日(月)より電話にて産業観光課まで

野外活動センター
〒575-0011 大字逢阪4081-1
HP http://www.sora-outdoor.jp
休所日=毎月末日(7月・8月は除く)(月末日が土・日・祝日の場合は直前の金曜日)

SORAイベント 申問 野外活動センター

☆親子でハロウィン~1日遅れの仮装パーティ~
●**とき**=11月1日(日) 午前10時~午後3時30分【雨天決行】 ●**対象**=家族 ●**定員**=先着30人 ●**費用**=大人1700円、子ども(3歳~中学生)1200円、幼児無料 ※市外の人は200円増し ●**内容**=くりぬいたカボチャを器に、ダッチオーブンでシチューに挑戦!仮装の衣装を作ってハロウィンパーティを始めるよ。おやつは、チョコフォンデュです 申10月20日午前9時から電話受付開始

☆シニアのためのアウトドア・レクリエーション⑥
●**とき**=11月8日(日) 午前10時~午後3時 ●**対象**=満60歳以上の人 ●**定員**=先着15人(最少催行人数5人) ●**費用**=180円※市外の人は200円増し ●**内容**=シニア世代の心と体の健康づくりを目指したアウトドア・レクリエーション。今回はダッチオーブン料理で「ピザ」にチャレンジ。午後は体を動かします。雨天は室内でクラフト体験です 申10月20日午前9時から電話受付開始

☆星の学校「第7回 月面散歩~月のクレーターをみてみよう」
●**とき**=11月21日(土)・22日(日) 各回午後7時30分~9時 ●**定員**=先着30人 ●**費用**=大人400円、子ども300円※市外の人は100円増し ●**内容**=暖かいコーヒーを飲みながら天体観望をしませんか。月面の画像を見ながらお月様のお話と、望遠鏡でクレーターや星の宝石箱「すばる」を観望します ●**持ち物**=防寒着 申11月1日午前9時から電話受付開始

電話案内

市役所	072(877)2121〈代〉
市役所	0743(71)0330〈代〉
田原支所	0743(78)0175
市民総合センター	072(879)2121
公民館	072(879)3939
四條畷図書館	072(878)3743
田原図書館	0743(78)8844
グリーンホール田原	0743(78)5670
歴史民俗資料館	072(878)4558
教育文化センター	072(878)0020
市民総合体育館(サン・アリーナ25)	072(862)0111
市民活動センター	072(862)0651
野外活動センター	072(877)0778
老人福祉センター「楠風荘」	072(879)1800
第1地域包括支援センター	072(862)3366
第2地域包括支援センター	072(863)0170
第3地域包括支援センター	0743(70)1249
福祉コミュニティーセンター	072(878)7500
社会福祉協議会	072(878)1210
シルバー人材センター	072(879)7788
上下水道局(総務課)	072(876)6221
四條畷消防署	072(877)0119
四條畷消防署田原分署	0743(79)2900
北河内夜間救急センター	072(840)7555
四條畷警察署	072(875)1234
粗大ごみ受付センター	072(864)1015

〈月~金・祝日 午前9時~午後5時〉
※聴覚・言語障がい者のみFAX072(866)5067